



# **Universidad Nacional Mayor de San Marcos**

**Universidad del Perú. Decana de América**

**Facultad de Medicina**

**Unidad de Posgrado**

**Programa de Segunda Especialización para Nutricionistas**

## **Prevalencia de factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en trabajadores del Instituto Nacional de Salud**

### **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

**Para optar el Título de Especialista en Nutrición Pública**

#### **AUTOR**

**Henry TRUJILLO ASPILCUETA**

#### **ASESOR**

**Doris Hilda DELGADO PÉREZ**

**Lima, Perú**

**2016**

## RESUMEN

**Introducción:** La Organización Mundial de la Salud ha reconocido a la obesidad como un problema de Salud Pública, por su alta prevalencia como por su asociación con las enfermedades crónicas no transmisibles; además por sus altos costos que implica su tratamiento. El sobrepeso y la obesidad son el sexto factor principal de riesgo de defunción en el mundo. Cada año fallecen alrededor 3,4 millones de personas adultas como consecuencia del sobrepeso o la obesidad. **Objetivo:** Determinar la prevalencia de factores de riesgo de sobrepeso y obesidad. **Diseño:** Transversal descriptivo. **Lugar:** Instituto Nacional de Salud. **Participantes:** 715 trabajadores. **Método:** Se determinó peso, talla, perímetro abdominal y composición corporal. **Análisis:** Los datos fueron analizados con el paquete estadístico SPSS 20.0 para Windows. **Resultados:** las prevalencias de obesidad y sobrepeso fueron 18,3% y 47,2%, respectivamente. El 29,7% de los trabajadores presenta muy alto riesgo según su perímetro abdominal. Además 97.5% presentaron exceso de grasa corporal a través de la impedancia bioeléctrica. **Conclusiones:** La prevalencia de sobrepeso y obesidad en los trabajadores del Instituto Nacional de Salud es alta, especialmente entre los trabajadores de sexo masculino, y va en aumento. Es necesario promover programas de prevención y modificación de estilos de vida y control de estos factores de riesgo en dicha población.

**PALABRAS CLAVE:** Prevalencia; Factores de riesgo; Sobrepeso; Obesidad.

## ABSTRACT

**Introduction:** The World Health Organization has recognized obesity as a public health problem because of its high prevalence and its association with chronic non-communicable diseases; also because of their high costs treatment. Overweight and obesity are the sixth leading risk factor for death in the world. They die each year around 3.4 million adults as a result of being overweight or obese. **Objective:** To determine the prevalence of risk factors for overweight and obesity. **Design:** Transversal descriptive. **Site:** National Institute of Health. **Participants:** 715 workers. **Method:** It was determined weight, height, waist circumference and body composition. **Analysis:** Data were analyzed with SPSS 20.0 for Windows. **Results:** The prevalence of overweight and obesity were 18.3% and 47.2%, respectively. 29.7% of workers presents very high risk according to their waist circumference. In addition 97.5% had excess body fat through Bioelectric impedance. **Conclusions:** The prevalence of overweight and obesity in workers of the National Institute of Health is high, especially among male workers and is increasing. It is necessary to promote prevention programs and changing lifestyles and modification of lifestyles and control of these risk factors in this population.

**KEYWORDS:** Prevalence; risk factors; overweight; obesity.